

# Beurteilungshilfe

im Rahmen der Gefährdungsbeurteilung  
bei Muskel-Skelett-Belastungen



Belastungsart (Der Risikobereich umfasst alle Teiltätigkeiten derselben Belastungsart).	Risikobereich*	
	Frauen	Männer

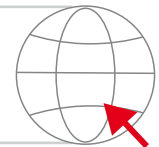
\* Zur Definition siehe Tabelle in Arbeitshilfe, Seite 3.

# Die Beurteilungshilfe

unterstützt Sie bei den Schritten 2 und 3 der Gefährdungsbeurteilung, in denen es um das Ermitteln und Bewerten von Belastungen und Gefährdungen für Rücken, Muskeln und Gelenke geht. Bitte prüfen Sie, bevor Sie starten, ob die in der Beurteilungshilfe beschriebenen Tätigkeiten mit denen in Ihrem Betrieb vergleichbar sind. Wenn die Tätigkeiten in Ihrem Betrieb von der Beschreibung wesentlich abweichen, ist eine eigenständige Ermittlung und Bewertung nötig. Trotzdem kann Sie die Beurteilungshilfe bei diesen Schritten unterstützen und zeigt wichtige Maßnahmen auf.

Auch mit der Beurteilungshilfe müssen Sie die weiteren Schritte der Gefährdungsbeurteilung komplett durchführen. Insbesondere die Schritte 4 bis 6 – Maßnahmen festlegen, durchführen und überprüfen – sind notwendig. Nutzen Sie dieses Dokument bitte nur in Verbindung mit der Arbeitshilfe zur Gefährdungsbeurteilung von Muskel-Skelett-Belastungen.

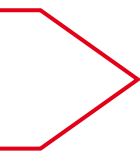
Die Arbeitshilfe finden Sie unter: [www.gdabewegt.de/gefaehrungsbeurteilung](http://www.gdabewegt.de/gefaehrungsbeurteilung) unter dem Punkt „Welche Hilfen kann ich nutzen?“.



Schlagworte:

## Weitere Informationen





# Tätigkeitsbeschreibung (Angaben pro Arbeitstag)

## Gültigkeitsbereich dieser Beurteilungshilfe

### Belastungen und Gefährdungen

Gefährdungen des Muskel-Skelett-Systems können bei der beschriebenen Tätigkeit durch folgende zeitanteilige Belastungsarten pro Arbeitstag auftreten:

Zeitanteil pro Arbeitstag	Belastungsarten	Beispiele
	Manuelles Heben, Halten und Tragen	
	Manuelles Ziehen und Schieben	
	Manuelle Arbeitsprozesse	
	Ganzkörperkräfte	
	Körperzwangshaltungen	
	Körperfortbewegung	
	Ganzkörper-Vibrationen	
	Hand-Arm-Vibrationen	

Nicht beurteilte Teil-Tätigkeiten

## Bewertung: Manuelles Heben, Halten, Tragen

Männer	Risikobereich*	Belastungshöhe*
	1	gering
	2	mäßig erhöht
	3	wesentlich erhöht
	4	hoch

Frauen	Risikobereich*	Belastungshöhe*
	1	gering
	2	mäßig erhöht
	3	wesentlich erhöht
	4	hoch

\*Zur Definition siehe Tabelle in Arbeitshilfe, Seite 3.

## Geeignete Maßnahmen zur Reduzierung von Gefährdungen und Belastungen nach dem TOP-Prinzip



Erfolg der Maßnahmen

## Bewertung: Manuelles Ziehen und Schieben

Männer	Risikobereich*	Belastungshöhe*
	1	gering
	2	mäßig erhöht
	3	wesentlich erhöht
	4	hoch

Frauen	Risikobereich*	Belastungshöhe*
	1	gering
	2	mäßig erhöht
	3	wesentlich erhöht
	4	hoch

\*Zur Definition siehe Tabelle in Arbeitshilfe, Seite 3.

## Geeignete Maßnahmen zur Reduzierung von Gefährdungen und Belastungen nach dem TOP-Prinzip



Erfolg der Maßnahmen

## Bewertung: Manuelle Arbeitsprozesse

Männer	Risikobereich*	Belastungshöhe*
	1	gering
	2	mäßig erhöht
	3	wesentlich erhöht
	4	hoch

Frauen	Risikobereich*	Belastungshöhe*
	1	gering
	2	mäßig erhöht
	3	wesentlich erhöht
	4	hoch

\*Zur Definition siehe Tabelle in Arbeitshilfe, Seite 3.

## Geeignete Maßnahmen zur Reduzierung von Gefährdungen und Belastungen nach dem TOP-Prinzip



Erfolg der Maßnahmen

## Bewertung: Körperzwangshaltungen

Männer	Risikobereich*	Belastungshöhe*
	1	gering
	2	mäßig erhöht
	3	wesentlich erhöht
	4	hoch

Frauen	Risikobereich*	Belastungshöhe*
	1	gering
	2	mäßig erhöht
	3	wesentlich erhöht
	4	hoch

\*Zur Definition siehe Tabelle in Arbeitshilfe, Seite 3.

## Geeignete Maßnahmen zur Reduzierung von Gefährdungen und Belastungen nach dem TOP-Prinzip



Erfolg der Maßnahmen

## Bewertung: Körperfortbewegung

Männer	Risikobereich*	Belastungshöhe*
	1	gering
	2	mäßig erhöht
	3	wesentlich erhöht
	4	hoch

Frauen	Risikobereich*	Belastungshöhe*
	1	gering
	2	mäßig erhöht
	3	wesentlich erhöht
	4	hoch

\*Zur Definition siehe Tabelle in Arbeitshilfe, Seite 3.

## Geeignete Maßnahmen zur Reduzierung von Gefährdungen und Belastungen nach dem TOP-Prinzip



Erfolg der Maßnahmen